

Меню на 23.10.2025

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Завтрак-Обед(1-4классы)								
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	39,38	1,2	0,52	7,05	20	1,86
-	Омлет натуральный 150	Завтрак	247,17	11,64	16,84	10,62	150	62,68
-	Чай лимонный	Завтрак	38,66	0,12	0,02	9,83	200	5,60
-	Йогурт	Завтрак	138,12	4,13	1,88	28,55	125	36,33
Итого (завтрак)			463,33	17,09	19,26	56,05	-	106,47
-	Батон с отрубями	Обед	53,53	1,8	0,6	10,76	20	1,86
-	Яблоко свежее	Обед	48,68	0,4	0,4	11,6	100	16,73
-	Фрикадельки из филе кур 100	Обед	138,24	9,31	11,54	5,95	80	62,25
-	Компот из ягод	Обед	47,69	0,16	0,04	12,2	200	13,81
-	Суп-пюре из овощей с гречками 250/20	Обед	161,51	4,92	6,15	24,65	270	25,66
-	Макароны отварные с сыром	Обед	223,05	8,01	5,61	35,11	180	41,76
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	68,92	2,1	0,91	12,34	35	3,05
Итого (обед)			741,62	26,7	25,25	112,61	-	165,12
Итого			1 204,95	43,79	44,51	168,66	-	271,59
Завтрак-Обед(5-11классы)								
-	Йогурт 125гр	Завтрак	138,12	4,13	1,88	28,55	125	36,33
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	59,07	1,8	0,78	10,58	30	2,80
-	Омлет натуральный 200	Завтрак	329,56	15,53	20,97	16,16	200	83,18
-	Чай лимонный	Завтрак	38,66	0,12	0,02	9,83	200	5,60
Итого (завтрак)			565,41	21,58	23,65	65,12	-	127,91
-	Хлеб подовый чусовской	Обед	77,35	2,64	0,48	16,68	40	3,11
-	Яблоко свежее	Обед	48,68	0,4	0,4	11,6	100	16,73
-	Фрикадельки из филе кур 100	Обед	172,8	11,64	14,42	7,44	100	77,84
-	Компот из ягод	Обед	47,69	0,16	0,04	12,2	200	13,81
245/1	Огурец Пикантный	Обед	6,46	0,23	0,25	0,98	30	11,34
-	Суп-пюре из овощей с гречками 250/20	Обед	161,51	4,92	6,15	24,65	270	25,66
-	Макароны отварные с сыром	Обед	223,05	8,01	5,61	35,11	180	41,76
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	68,92	2,1	0,91	12,34	35	3,24
Итого (обед)			806,46	30,1	28,26	121	-	193,49
Итого			1 371,87	51,68	51,91	186,12	-	321,40

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Комплекс (5-11классы)								
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	39,38	1,2	0,52	7,05	20	1,86
-	Макароны отварные с сыром	Завтрак	223,05	8,01	5,61	35,11	180	41,76
-	Фрикадельки из филе кур 100	Завтрак	172,8	11,64	14,42	7,44	100	77,84
-	Чай лимонный	Завтрак	38,66	0,12	0,02	9,83	200	5,60
-	Хлеб подовый Чусовской	Завтрак	38,68	1,32	0,24	8,34	20	1,50
Итого			512,57	22,29	20,81	67,77	-	128,56
Комплекс 10(5-11 классы)								
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	39,38	1,2	0,52	7,05	20	3,30
-	Суп-пюре из овощей с гречками 250/20	Обед	161,51	4,92	6,15	24,65	270	25,66
-	Макароны отварные с сыром	Обед	223,05	8,01	5,61	35,11	180	41,76
-	Фрикадельки из филе кур 100	Обед	172,8	11,64	14,42	7,44	100	77,84
-	Чай лимонный	Обед	38,66	0,12	0,02	9,83	200	5,60
245/1	Огурец "Пикантный"	Обед	3,22	0,11	0,13	0,49	15	5,84
Итого			638,62	26	26,85	84,57	-	160,00
Комплекс 9(5--11 классы)								
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	68,92	2,1	0,91	12,34	35	3,30
-	Макароны отварные с сыром	Обед	223,05	8,01	5,61	35,11	180	41,76
-	Фрикадельки из филе кур 100	Обед	172,8	11,64	14,42	7,44	100	77,84
-	Чай лимонный	Обед	38,66	0,12	0,02	9,83	200	5,60
-	Хлеб подовый Чусовской	Обед	38,68	1,32	0,24	8,34	20	1,50
Итого			542,11	23,19	21,2	73,06	-	130,00
Комплекс(1-4классы)								
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	39,38	1,2	0,52	7,05	20	1,86
-	Омлет натуральный 150	Завтрак	247,17	11,64	16,84	10,62	150	62,68
-	Чай лимонный	Завтрак	38,66	0,12	0,02	9,83	200	5,60
-	Батон с отрубями	Завтрак	66,92	2,25	0,75	13,45	25	2,17
-	Йогурт	Завтрак	138,12	4,13	1,88	28,55	125	36,33
Итого			530,25	19,34	20,01	69,5	-	108,64

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Комплекс1 (1-4классы)								
-	Суп-пюре из овощей с гречками 250/20	Обед	155,53	4,74	5,92	23,74	260	24,72
-	Фрикадельки из филе кур 100	Обед	172,8	11,64	14,42	7,44	100	77,84
-	Макароны отварные с сыром	Обед	185,87	6,67	4,67	29,26	150	29,60
-	Компот из ягод	Обед	47,69	0,16	0,04	12,2	200	13,81
-	Батон с отрубями	Обед	80,3	2,7	0,9	16,14	30	2,76
-	Яблоко	Обед	41,38	0,34	-	9,86	85	14,22
Итого			683,57	26,25	25,95	98,64	-	162,95
Комплекс2 (5-11классы)								
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	39,38	1,2	0,52	7,05	20	1,86
-	Макароны отварные с сыром	Завтрак	223,05	8,01	5,61	35,11	180	41,76
-	Фрикадельки из филе кур 100	Завтрак	172,8	11,64	14,42	7,44	100	77,84
-	Чай лимонный	Завтрак	38,66	0,12	0,02	9,83	200	5,60
-	Хлеб подовый Чусовской	Завтрак	38,68	1,32	0,24	8,34	20	1,50
Итого			512,57	22,29	20,81	67,77	-	128,56
Комплекс3 (5-11классы)								
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	67,17	1,98	0,19	14,02	15	1,42
-	Суп-пюре из овощей с гречками 250/20	Обед	158,52	4,83	6,04	24,19	265	16,76
-	Макароны отварные с сыром	Обед	223,05	8,01	5,61	35,11	180	41,76
-	Фрикадельки из филе кур 100	Обед	138,24	9,31	11,54	5,95	80	62,25
-	Чай лимонный	Обед	38,66	0,12	0,02	9,83	200	5,60
Итого			625,64	24,25	23,4	89,1	-	127,79
Комплекс4 (5-11классы)								
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	179,12	5,28	0,51	37,39	40	3,73
245/1	Огурец Пикантный	Обед	6,46	0,23	0,25	0,98	30	11,34
-	Суп-пюре из овощей с гречками 250/20	Обед	161,51	4,92	6,15	24,65	270	25,66
-	Макароны отварные с сыром	Обед	223,05	8,01	5,61	35,11	180	41,76
-	Фрикадельки из филе кур 100	Обед	172,8	11,64	14,42	7,44	100	77,84
-	Компот из ягод	Обед	47,69	0,16	0,04	12,2	200	13,81
-	Хлеб ржаной	Обед	40,29	1,37	0,25	8,69	25	1,90
-	Яблоко свежее	Обед	48,68	0,4	0,4	11,6	100	16,80
Итого			879,6	32,01	27,63	138,06	-	192,84

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Комплекс6 (10-11классы)								
245	Пейзан овощной (свежий огурец)	Завтрак	30,48	1,26	0,24	4,5	120	46,99
276	Мак энд чиз (спагетти с сыром)	Завтрак	221,2	6,2	8,9	41,16	180	32,54
486	Бризоль из филе птицы	Завтрак	160,3	9,9	5,5	3,4	100	97,53
503	Дары Урала (чай ягодный)	Завтрак	30,8	0,3	-	7,3	200	6,54
-	Батон с отрубями	Завтрак	40,15	1,35	0,45	8,07	15	1,40
Итого			482,93	19,01	15,09	64,43	-	185,00
Комплекс7 (10-11классы)								
245	Пейзан овощной	Завтрак	25,4	1,05	0,2	3,75	100	38,47
489	Дзавар в горшочке (плов из мяса с булгуром)	Завтрак	375,72	15,95	19,4	51,16	275	123,50
-	Компот ассорти	Завтрак	45,64	0,19	0,07	11,58	200	16,17
-	Хлеб ржаной	Завтрак	64,47	2,2	0,4	13,91	40	3,12
-	Хлеб подовый с отрубями	Завтрак	75,01	2,29	0,99	13,43	40	3,74
Итого			586,24	21,68	21,06	93,83	-	185,00
Коплекс8(5-11классы)								
245	Пейзан овощной (свежий огурец)	Обед	25,4	1,05	0,2	3,75	100	39,05
-	Суп-пюре из овощей с гренками 250/20	Обед	161,51	4,92	6,15	24,65	270	25,66
276	Мак энд чиз (спагетти с сыром)	Обед	221,2	6,2	8,9	41,16	180	32,54
486	Бризоль из филе птицы	Обед	160,3	9,9	5,5	3,4	100	97,52
503	Дары Урала (чай ягодный)	Обед	30,8	0,3	-	7,3	200	6,14
-	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	10,43	30	2,33
-	Яблоко	Обед	18,68	0,4	0,4	9,8	100	16,76
Итого			666,24	24,42	21,45	100,49	-	220,00

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ			
Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ШБС №11"	ЗУБРИЦКАЯ ТАТЬЯНА ИВАНОВНА	21.10.2025 10:41:31	FC3317F4F626E270C323188F60B35E6EDCBAD167

Меню на 23.10.2025

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР								
№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Дополнительно								
-	Йогурт	-	138,12	4,13	1,88	28,55	125	36,33
Закуски								
-	Салат "Нептун" с кальмарами	-	-	-	-	-	100	165,27
245	Пейзан овощной (свежий огурец)	-	30,48	1,26	0,24	4,5	120	46,99
-	Сельдь "под-шубой"	-	-	-	-	-	100	37,13
Супы								
-	Суп-пюре из овощей с гречками 250/20	-	161,51	4,92	6,15	24,65	270	25,66
Гарниры								
-	Макароны отварные с сыром	-	223,05	8,01	5,61	35,11	180	41,76
276	Мак энд чиз (спагетти с сыром)	-	221,2	6,2	8,9	41,16	180	32,54
Блюда из яиц								
-	Омлет натуральный 150	-	247,17	11,64	16,84	10,62	150	62,68
Блюда из мяса								
486	Бризоль из филе птицы	-	160,3	9,9	5,5	3,4	100	97,53
489	Дзавар в горшочке (плов из мяса с булгуром)	-	375,72	15,95	19,4	51,16	275	123,50
Блюда из птицы								
-	Фрикадельки из филе кур 100	-	172,8	11,64	14,42	7,44	100	77,84
Напитки								
-	Компот из ягод	-	47,69	0,16	0,04	12,2	200	13,81
-	Чай лимонный	-	38,66	0,12	0,02	9,83	200	5,60
503	Дары Урала (чай ягодный)	-	30,8	0,3	-	7,3	200	6,54
628	Чай с сахаром	-	37,8	0,08	0,02	9,84	200	3,05
Мучные изделия								
-	Булочка "Дорожная"	-	80	2,5	3	50	100	24,69

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ			
Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ШБС №11"	ЗУБРИЦКАЯ ТАТЬЯНА ИВАНОВНА	21.10.2025 10:41:31	FC3317F4F626E270C323188F60B35E6EDCBAD167